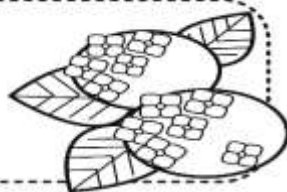




6月の献立表



社会福祉法人 伸和福祉会 希望が丘保育園

	曜	主食名	献立名	Kcal	おやつ(未満児)
1	水	カレーライスのホワイトソースかけ	グリーンサラダ わかめスープ	345	果物
2	木	ツナサンド	中華風コーンサラダ そうめん汁 チーズ	384	菓子
3	金	ごはん(スタミナ納豆)	茶碗蒸し みそ汁 果物	401	チーズ
4	土	申し込み保育			菓子
6	月	ごはん	カレイの煮つけ 干草和え 豆乳みそ汁	400	果物
7	火	食パン(フルーリー&マーガリン)	ピザポテト ブロッコリー 鶏肉野菜スープ	474	果物
8	水	パリパリ春巻き丼	キャベツのおかか和え もやしスープ 果物	443	菓子
9	木	ポニョのラーメン	ブロッコリーとえびのサラダ ヨーグルト	376	蒸しパン
10	金	ごはん	ポークビーンズ 青菜とコーンのスープ チーズ	420	菓子
11	土	申し込み保育			菓子
13	月	ごはん	鯖のみそ煮 もやしときゅうりのゆかり和え 揚げ里芋のすまし汁	436	チーズ
14	火	きなこトースト	チーズサラダ えびボールスープ 果物	370	菓子
15	水	こぎつね寿司	じゃがいものそぼろあんかけ みそ汁	461	果物
16	木	和風まきのスパゲッティ	フルーツサラダ キャベツスープ チーズ	505	トースト
17	金	お誕生会スペシャルメニュー			菓子
18	土	申し込み保育			菓子
20	月	ゆかりごはん	肉じゃが みそ汁 果物	402	チーズ
21	火	ホットドッグ	韓国風サラダ かに豆腐スープ チーズ	409	果物
22	水	麻婆生揚げ丼	チンゲン菜のかきたま汁 フルーツヨーグルト	439	菓子
23	木	焼きそばイタリアン	海藻サラダ ニラ玉スープ	403	ゼリー
24	金	ごはん(ごま)	ちくわのお好み揚げ 温野菜 みそ汁	382	果物
25	土	申し込み保育			菓子
27	月	ごはん(ふりかけ)	豆腐の落とし揚げ 石狩みそ汁 冷凍みかん	450	チーズ
28	火	肉うどん	かにマヨサラダ 果物	433	トースト
29	水	カレーライス	パインサラダ みそ汁	515	菓子
30	木	食パン(いちごジャム&マーガリン)	ミートエッグ 野菜スープ チーズ	409	果物
22	回	←給食回数と1ヶ月のカロリーの平均値です→		422	

6月の目標・・・よく噛むこと～かみかみ20回努力しましょう～